



Extrait du EPS Académie de Lyon

<http://www21.ac-lyon.fr/enseigne/eps/spip.php?article654>

# Musculation, Step et course de durée de la CP5

- Ressources
- CP5
- Le Groupe Acad CP5
- 



Date de mise en ligne : mardi 26 avril 2011

---

Copyright © EPS Académie de Lyon - Tous droits réservés

---

**A l'occasion de la journée des coordonnateurs lycée du jeudi 24 mars 2011 à Doisneau, plusieurs enseignants du groupe académique sur la CP5 ont proposé leurs travaux.**

Annie Fabre du lycée H. Herriot de Lyon a proposé son travail sur le step pour la compétence attendue de niveau 3 et 4.

[>](IMG/pdf/CP5_Step_N3_et_N4-2.pdf "PDF - 567.1 ko")

### **Le step Niv 3 et 4 Annie Fabre**

Rémi Héritier du lycée Mimard de St Etienne a proposé un travail sur la musculation pour la compétence attendue de niveau 3.

[>](IMG/pdf/Musculation_CP_5-2.pdf "PDF - 659 ko")

### **La musculation Niv 3 Rémi Héritier**

Philippe Ricard du lycée Martinière Duchère a proposé un travail sur la course de durée pour la compétence attendue de niveau 3.

[>](IMG/pdf/Presentation_Course_de_duree_CP5-2.pdf "PDF - 1.6 Mo")

### **La course de durée Niv3 Philippe Ricard**

Isabelle Lyonnet de LP Louise Labé a proposé un travail sur le step et la musculation pour la compétence attendue de niveau 3.

[>](IMG/pdf/CP5_step-_muscu_N3-2.pdf "PDF - 181.5 ko")

### **Step et musculation Niv 3 Isabelle Lyonnet**